



愛着と対人苦手意識の関連：仮説モデルの検討

著者	橋本 明日香, 桂田 恵美子
雑誌名	関西学院大学心理科学研究
巻	47
ページ	55-59
発行年	2021-03-25
URL	http://hdl.handle.net/10236/00029417

愛着と対人苦手意識の関連

——仮説モデルの検討——

橋本明日香*・桂田恵美子**

抄録：青年・成人期において、愛着と自尊感情、自尊感情と対人苦手意識の関連が示されており、自尊感情を媒介した愛着から対人苦手意識への影響が考えられる。しかし、愛着と対人関係の関連を示した研究はあるものの、愛着と対人苦手意識との関連は示されていない。そこで、本研究は、愛着から対人苦手意識への影響は自尊感情を媒介するという仮説モデルを検証することを目的とした。大学生を対象に Google フォームによる質問紙調査を行った。媒介分析の結果、愛着安定度から対人苦手意識への直接効果は示されたが、自尊感情を媒介するという間接効果は有意ではなかった。つまり、仮説モデルは支持されない結果となった。したがって、大学生においては、自尊感情は対人苦手意識へあまり影響を及ぼさず、愛着安定度が直接的に対人苦手意識へ影響を及ぼし、愛着が安定していると対人苦手意識は低いということが分かった。

キーワード：愛着、自尊感情、対人苦手意識、媒介分析

愛着スタイルが青年・成人期にまで拡張され、青年・成人期の愛着スタイルと対人関係および心理的健康との関連が明らかになっている。愛着スタイルが対人関係に及ぼす影響について、金政（2007）は、回答者とその友人それぞれの認知を指標に用い、愛着が安定していないと、個人内の適応性だけでなく、対人関係における適応性も低めるため、うまく対人関係を築くことができないことを明らかにしている。中尾・加藤（2006）においても、「成人の愛着スタイルが成人の愛着行動のパターンの違いを反映する」という理論的前提の妥当性を検討したところ、この理論的前提が妥当であることが示されている。愛着スタイルは個人の適応性に影響していることが示されており、人生の初期に形成される対人関係である愛着が、後の対人関係を形成する上での基盤となると考えられている。

愛着スタイルが心理的健康に及ぼす影響については、不安定型の愛着スタイルを持つ者より安定型の愛着スタイルを持つ者の方が、心理的に健康であるという一般的な合意がなされつつある（福井，2007）。心理的健康の中でも、自尊感情と愛着スタイルの関連に焦点をあてた研究は増加しており、福井（2007）は、大学生を対象に、青年期の愛着スタイルと自尊感情との関連を検討し、安定型の愛着スタイルを持つ者が最も自尊感情が高く、恐れ型の者が最も低いことを明らかにした。

寺田・岩淵（2008）においても、大学生を対象に、親への愛着および愛着スタイル（一般他者への愛着）が自尊感情に与える影響を検討した結果、高い自尊感情に最

も影響を与えたのは「見捨てられ不安」の低さであり、「見捨てられ不安」が低い安定型の愛着スタイルを持つ者が最も自尊感情が高いことが明らかにされた。また、一般他者への愛着は自尊感情に影響を与えるが、親への愛着は自尊感情にあまり影響を与えないことを明らかにした。つまり、青年期における自尊感情は、親との関係での安心感を得られなくても、友人や恋人など親以外の他者との間で受け入れてもらえるという安心感を得られることで、十分保つことができると考えられる（寺田・岩淵，2008）。

以上のように愛着スタイルと対人関係（金政，2007；中尾・加藤，2006）および自尊感情（福井，2007；寺田・岩淵，2008）との関連が示されたことを考えると、対人関係と自尊感情の間にも関連があるのではないかと考えられる。対人関係と自尊感情の関連については、自尊感情が対人関係の諸側面に影響を与えることも明らかとなっている。例えば、日向野・堀毛・小口（1998）および徳山・小川・原田（2018）は、自尊感情の低さが「対人苦手意識」を高めることを明らかにしている。日常的に、特定の人物を避けたい、関わりたくない、あるいはその人の前だときちなくなるといった特定の他者に対する否定的な感情と消極的な態度の総称のことを「対人苦手意識」という（日向野・小口，2002）。対人苦手意識の生起は、苦手意識を覚える相手側の要因に加えて、対人苦手意識を覚える個人の自己呈示能力が関与すると考えられている。つまり、対人苦手意識は個人の内的作業モデルである愛着とも関連がありそうである。し

*関西学院大学文学部総合心理科学科4年

**関西学院大学文学部教授

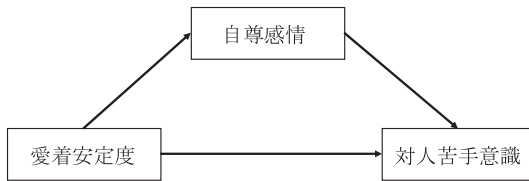


Figure 1 仮説モデル

かし、対人苦手意識を直接的に扱った研究は少なく、対人苦手意識と愛着の関連を示した研究も見受けられない。そこで、本研究では対人苦手意識を取り上げる。

先行研究より、愛着スタイルが安定していると自尊感情は高く（福井，2007；寺田・岩渕，2008）、自尊感情が高いと対人苦手意識は低いことが示された（日向野・小口，2002）。このことから、愛着安定度が自尊感情に影響を及ぼし、その自尊感情を通して愛着安定度と対人苦手意識に関連があると考えられる。しかし、愛着安定度の対人苦手意識への直接的・間接的影響は明らかになっていない。

以上のような背景から、本研究では、愛着から対人苦手意識への影響は自尊感情を媒介するという仮説モデル（Figure 1 参照）を検証することを目的とした。

方 法

調査参加者

関西学院大学に通う大学生 143 名が調査に参加した。そのうち回答に不備があった（Instructional Manipulation Check；IMC 項目における非遵守者）2 名を除いた 141 名（男性：23 名，女性：117 名，その他：1 名）を分析対象とした。平均年齢は 20.43 歳（範囲：19～27 歳，SD=1.35）であった。

質問紙

質問紙は、Google フォームで作成し、フェイスシートおよび以下の 3 つの尺度から構成されていた。

フェイスシート 基本属性として、学部、学年、年齢、性別を問う項目で構成された。

一般他者版 ECR 愛着安定度を測定する尺度として、Brennan, Clark, & Shaver (1998) によって開発され、中尾・加藤（2004）によって邦訳された一般他者版 ECR（Experiences in Close Relationships inventory）を使用した。この尺度は愛着スタイルを測定する尺度であり、「関係不安（18 項目）」と「親密性回避（12 項目）」の 2 つの下位尺度、計 30 項目から成る。一般他者版 ECR は、中尾・加藤（2004）によってその信頼性（関係不安： $\alpha=.90$ ；親密性回避： $\alpha=.83$ ）と妥当性が検証されている。「非常によくあてはまる（7 点）」から「全くあてはまらない（1 点）」までの 7 件法での評定を行った。本研究では、2 つの下位尺度の合計点を愛着安定度とし

て扱った。また、本来は「関係不安」と「親密性回避」を測定する尺度であり、合計点が高いほど愛着は安定していないと考えられるため、逆転項目以外の項目の得点を反転させて合計点を算出することで愛着安定度を測定した。つまり、2 つの下位尺度の合計点が高いほど愛着安定度も高く、低いほど愛着安定度も低いことになる。

自尊感情尺度の邦訳版 Rosenberg (1965) によって開発され、山本・松井・山城（1982）によって邦訳された自尊感情尺度（Self-Esteem Scale；SES）を使用した。自己評価や自己受容など自己全体への基本的感情を測定する尺度で、10 項目から成る。「よくあてはまる（5 点）」から「あてはまらない（1 点）」までの 5 件法で評定を行った。本研究での α 係数は .89 と高い信頼性が得られた。

大学生用対人苦手意識尺度 日向野・小口（2002）によって作成された高校生用対人苦手意識尺度を大学生用に一部改変したものを使用した。日向野・小口（2002）では、職業用とそれを高校生用に改変した 2 つの尺度が使用されていた。職業用では、回答者に同性の部下を具体的に一人思い浮かべるよう指示し、その部下が犯した仕事上のミスを指摘しなければならないという場面を想定させた。このような場面において、「その部下をうっとうしく思う」など、特定の他者（部下）に対して抱く感情や態度を測定する尺度である。下位尺度は、「わずらわしさ（7 項目）」と「懸念（5 項目）」であり、計 12 項目から構成されている。高校生用では、苦手な同性の後輩を一人思い浮かべてもらい、部活や委員会での後輩のミスを指摘しなければならないという場面設定へと改変されていた。尺度中では、高校生用では「その後輩をうっとうしく思う」など、職業用では部下としている部分が後輩へと改変されており、十分な信頼性が得られていた（ $\alpha=.73$ ）。本研究では、日向野・小口（2002）で使用された職業用や高校生用とは別に、高校生用を大学生用に一部改変した尺度を使用した。大学生用では、苦手な同性の後輩を具体的に一人思い浮かべるよう指示し、サークルやアルバイトでの後輩のミスを指摘しなければならない場面設定へと改変した。高校生用と意味や内容が変わらないよう留意した。項目内容は、「できるならその後輩と関わりたくない」などであった。もし上記のような後輩がいない場合は、仮定して回答させた。「よくあてはまる（5 点）」から「あてはまらない（1 点）」までの 5 件法で評定を行った。合計点が高いほど対人苦手意識は高く、低いほど対人苦手意識は低いとなるように得点付けた。

手続き

関西学院大学文学部総合心理科学科のオンライン授業において、Google フォームで作成した質問紙を配信し、

回収した。

結 果

大学生用対人苦手意識尺度について

本研究において尺度を少し改変しているため、その尺度の有用性を確認した。各項目および合計尺度得点の平均値ならびに標準偏差を求め、その結果を Table 1 に示した。各項目の標準偏差から、選択肢に偏りがなかったことが分かった。次に、対人苦手意識尺度において、各項目間の共通性を検討するために、相関分析を行なった。Table 2 に大学生用対人苦手意識尺度における項目間相関を示した。項目番号 6 と項目番号 7 は、他項目とあまり相関が見られなかったが、その他の項目は他項目と相関が見られた。そこで、本研究で新たに作成した対人苦手意識尺度の内的一貫性を検討するために、Cronbach の α 係数を算出した。その結果、 $\alpha=.76$ であり、十分な内的一貫性が認められたため、尺度の内的整合性に問題はないと考え、項目番号 6 と項目番号 7 も含めた。

大学生用対人苦手意識尺度の 12 項目について、探索的因子分析（最尤法，プロマックス回転）を行なった結

果、日向野・小口（2002）と同様の 2 因子構造が得られた。第 1 因子に苦手意識を覚える相手に対するわずらわしい感情の項目がまとまり、第 2 因子に苦手意識を覚える相手や自分自身に対する心配の項目がまとまっていた。そこで、日向野・小口（2002）と同様に、第 1 因子を「わずらわしさ」因子、第 2 因子を「懸念」因子とした。本研究における第 1 因子は $\alpha=.86$ 、第 2 因子は $\alpha=.69$ であった。また、因子間相関は .058 であった。日向野・小口（2002）では、第 1 因子は $\alpha=.80$ 、第 2 因子は $\alpha=.76$ であったため、第 2 因子は少し低いものの、第 1 因子は日向野・小口（2002）よりも高い結果となった。

「仮説モデル」の検証

各尺度の合計得点の平均値（SD）は、一般他者版 ECR が 128.67（23.34）、自尊感情尺度が 30.43（7.87）、対人苦手意識尺度が 44.01（7.73）であった。

愛着安定度が対人苦手意識に及ぼす影響について、自尊感情が媒介するかどうかを検討するために媒介分析を行った。Figure 2 に媒介分析の結果を示した。まず、対

Table 1 対人苦手意識尺度の各項目および合計尺度得点の平均値ならびに標準偏差（n=141）

項目番号	項目文	平均値	標準偏差	最小値	最大値
1	できるならその後輩と関わりたくないと思う	3.88	1.14	1	5
2	ゆううつでつまらない気分になる	3.49	1.21	1	5
3	イライラする	3.53	1.23	1	5
4	その後輩をうっとうしく思う	3.51	1.25	1	5
5	サークルやアルバイトでなければつき合わなくてすむのと思う	3.90	1.28	1	5
6	どのように伝えようかと考えてしまう	3.89	1.36	1	5
7	自分のことをどう思われるだろうかとあれこれ悩む	3.08	1.49	1	5
8	その後輩との関わりでストレスを感じる	3.99	1.01	1	5
9	毅然とした態度を示せるか自信がない	3.03	1.36	1	5
10	後輩のプライドを傷付けないよう当たりさわりのないよう指摘する	3.65	1.25	1	5
11	要点や主旨を手短かに伝え、必要以上に関わらない	4.01	1.04	1	5
12	その後輩に悪い印象を与えないよう表面上は穏便にすませる	4.06	1.04	1	5
合計尺度得点		44.01	14.65		

Table 2 大学生用対人苦手意識尺度における項目間相関

	項目 番号 1	項目 番号 2	項目 番号 3	項目 番号 4	項目 番号 5	項目 番号 6	項目 番号 7	項目 番号 8	項目 番号 9	項目 番号 10	項目 番号 11	項目 番号 12
項目番号 1	1.000											
項目番号 2	.552**	1.000										
項目番号 3	.464**	.403**	1.000									
項目番号 4	.578**	.496**	.696**	1.000								
項目番号 5	.498**	.406**	.528**	.624**	1.000							
項目番号 6	-.009	-.035	-.006	-.113	.059	1.000						
項目番号 7	.086	.117	.001	.079	.042	.492**	1.000					
項目番号 8	.677**	.476**	.450**	.582**	.663**	.103	.167*	1.000				
項目番号 9	.155 ⁺	.200*	-.009	.063	.080	.203*	.331**	.089	1.000			
項目番号 10	-.050	-.097	-.168*	-.144 ⁺	-.053	.362**	.436**	-.025	.295**	1.000		
項目番号 11	.323**	.262**	.240**	.294**	.379**	.021	.036	.301**	.015	.015	1.000	
項目番号 12	.163 ⁺	.125	.032	.126	-.006	.141 ⁺	.362**	.163 ⁺	.054	.344**	.265**	1.000

(** $p<.01$, * $p<.05$, + $p<.10$)

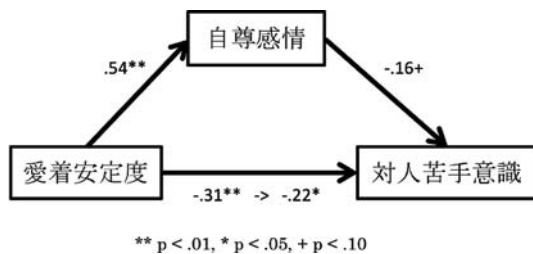


Figure 2 媒介分析の結果

人苦手意識を目的変数に、愛着安定度を説明変数にした回帰分析を行った。その結果、愛着安定度は対人苦手意識を有意に予測していた ($R^2 = .31$, $\beta = -.31$, $SE = 0.03$, $t(139) = -3.84$, $p = .01$)。つまり、愛着安定度から対人苦手意識への直接的な負のパスがみられ、ECR 合計得点が高い (愛着安定度が高い) と対人苦手意識合計得点は低いことがわかった。さらに、自尊感情を説明変数に追加した結果、愛着安定度から自尊感情へ有意な正のパスが見られ ($\beta = .54$, $SE = 0.02$, $t(139) = 7.59$, $p = .01$)、自尊感情から対人苦手意識へは有意傾向の負のパスがみられた ($\beta = -.16$, $SE = 0.09$, $t(138) = -1.66$, $p = .10$)。つまり、愛着安定度合計得点が高いと自尊感情合計得点も高く、自尊感情合計得点が高いと対人苦手意識合計得点は低い傾向があることが示された。また、愛着安定度から対人苦手意識へのパスは、小さくなっているものの有意に予測していた ($\beta = -.22$, $SE = 0.03$, $t(138) = -2.35$, $p = .02$)。つまり、愛着安定度から自尊感情を媒介した対人苦手意識への間接効果は有意であり、部分媒介は見られた。そこで、媒介効果の検定 (Bootstrap 法, 2000 回, バイアス修正法; 小宮・布井, 2018) を行った結果、95% 信頼区間 $[-0.07, 0.01]$ は 0 を含んでおり、有意な媒介効果はみられなかった。よって、間接効果は有意であるものの有意な媒介効果は見られず、モデルは支持されることがわかった。

考 察

本研究では、大学生において、愛着から対人苦手意識への影響は自尊感情を媒介するという仮説モデルを検証することを目的とした。そのために、まず、「愛着安定度→対人苦手意識」という直接効果が見られるのかどうか、次に「愛着安定度→自尊感情→対人苦手意識」という媒介効果が見られるのかどうかを検討した。

まず、本研究で一部改変した大学生用対人苦手意識尺度について、項目間相関分析を行い、内的一貫性を検討するために Cronbach の α 係数を算出した。その結果、本研究で一部改変した大学生用対人苦手意識尺度は、オリジナル尺度と同様の因子構造であり、十分な信頼性が得られ、その有用性が確認された。次に、媒介分析を用いて仮説モデルの検証を行った。その結果、愛着安定度

は対人苦手意識を有意に予測しており、直接効果が見られることがわかった。また、愛着安定度から自尊感情へ有意な正のパスが見られ、自尊感情から対人苦手意識へは有意傾向の負のパスがみられた。しかし、モデル検証では有意な媒介効果はみられず、仮説モデルは支持されることが分かった。つまり、自尊感情は媒介はするものの、直接効果の方が大きく、愛着安定度が直接的に対人苦手意識を低めたという結果であった。

仮説モデルは支持されなかったが、愛着安定度から対人苦手意識への直接効果が示された結果は、愛着との関連を示した研究が見受けられず、生起過程もほとんど明らかにされていない対人苦手意識について、意味のあるものだったと考える。このように愛着が安定しているほど対人苦手意識が低くなるのは、愛着が安定している者は「親密性回避」と「関係不安」が低く、対人不安をあまり感じないために他者に対して積極的にアプローチすることができ、それゆえ対人苦手意識を感じにくいからだと考えられる。

本研究では、愛着安定度の影響を追加することによって、日向野・堀毛・小口 (1998) や徳山・小川・原田 (2018) で明らかにされた自尊感情から対人苦手意識への有意なパスが見られなくなった。それは対象が大学生であったことが一因ではないかと考えられる。その理由として、大学生の対人関係におけるネガティブな面とポジティブな面の二つが挙げられる。

一つ目のネガティブな面は、大学生の自由で選択可能な対人関係である。大学生は、対人関係を自身で自由に選ぶことができ、対人苦手意識を覚える相手を回避することは不可能ではない。クラスや部活動といった半強制的で回避できない枠組みがある高校生や業務上避けることができない枠組みがある社会人とは異なり、大学生の場合は、サークルであれば大人数のため、アルバイトであればシフトを被らないようにするなど、苦手な人を回避することが可能である。そのため、自尊感情は高くなくても、その状況自体を回避することで、相手に対してあまり対人苦手意識を覚えることがないと考えられる。

二つ目のポジティブな面は、大学生は、苦手な人を避けるのではなく、苦手意識を解消することで、対人関係をうまく築いていきたいと考えていることである。高井 (2008) は、大学生の人間関係の悩みについて、自分自身の内部におこるネガティブな感情や葛藤を、自分自身の受け止め方を変えるなどうまく処理しつつ、少しでもより良い人間関係を築いていきたいという思いがあるのであると推察している。また、阿多・堀井 (2019) は、大学生を対象とした研究で、苦手な相手と共通点について話し、一緒に行動するなど関わりを持つことや相手の性格や特徴を理解しようとするすることで、自分と相手が親和的で良好な関係になり、相手を受容できるように

なることを明らかにしている。つまり、本研究の対象者である大学生においては、苦手意識は覚えるものの、それを理解した上で改善しようという意欲が対人苦手意識をあまり感じさせず、自尊感情の媒介効果はあまり必要なかったと考えられる。

このように、大学生の二局面の対人関係については、日向野・堀毛・小口（1998）も述べており、大学生は苦手意識を感じる相手に対して、消極的な態度や拒否・回避などのネガティブな付き合い方だけでなく、親和的な態度や柔和な態度などのポジティブな付き合い方をすることを報告している。以上のことより、大学生特有の対人関係により、自尊感情を媒介とするモデルは支持されなかったのではないかと考えられる。

本研究では、性差については検討をしなかった。阿多・堀井（2019）は、性差についても検討しており、女性は、苦手な相手の考え方や性格、特徴を理解しようとするのが相手への受容だけでなく関係改善をもたらしやすい一方、男性は相手の苦手な面が解消されることを諦め、自分が意識しないように努めるのが相手への受容をもたらしやすいと報告している。そして、このような性差は、男女の対人関係に関する考え方や行動の違いなどの要因が影響を与えている可能性があるかと推察している。また、日向野（2007）は、男性の対人苦手意識は女性の対人苦手意識よりも高いことを明らかにするなど、性差による対人苦手意識の生起の違いが多く報告されている。よって、大学生の対人関係のあり方に加え、性別も対人苦手意識の生起に影響する要因であると考えられる。さらに、日向野（2007）は、対人苦手意識の生起過程には、相手の性格特性に対する認知やコンプレックスなどが大きな影響を及ぼすと報告している。

本研究では、愛着安定度と自尊感情以外の要因や性差については検討しておらず、対人苦手意識が生じる要因として性差なども検討していく必要があると考えられる。新たな要因を加えて検討することで、対人苦手意識とその他の要因との関連がより明確になると考えられる。また、対象を大学生に限定していたため、大学生だけではなく社会人などと比較することで、対人苦手意識の生起過程がより明らかになるのではないかと考える。よって、対人苦手意識に影響を与える要因や対象者を拡大し、その要因と愛着安定度との関連についても検討することで、対人苦手意識の生起過程についてさらに詳しく検討していく必要があると考える。

引用文献

阿多彩美・堀井俊章（2019）. 大学生における対人苦手意識の解消法略と解消状態の関係 横浜国立大

学教育学部紀要, 2, 152-160.

Brennan, K. A., Clark, C. L., Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. New York: Guilford. pp.46-76.

福井義一（2007）. 青年期の愛着スタイルと自己愛・自尊感情の関連——愛着スタイルの二次元からの検討—— 日本心理学会大会発表論文集, 71, 137.

日向野智子（2007）. 対人苦手意識が社会的スキルに及ぼす影響：同性の苦手な友人と同性の友人との比較 日本パーソナリティ心理学会発表論文集, 16, 150-151.

日向野智子・堀毛一也・小口孝司（1998）. 青年期の対人関係における苦手意識, 昭和女子大学生活心理研究所紀要, 1, 43-62.

日向野智子・小口孝司（2002）. 対人苦手意識の実態と生起過程 心理学研究, 73, 157-165.

金政祐司（2007）. 青年期の愛着スタイルと友人関係における適応性との関連 社会心理学, 22, 274-284.

小宮あすか・布井雅人（2018）. Excel で今すぐはじめる心理統計 簡単ツール HAD で基本を身につける 講談社

中尾達馬・加藤和生（2004）. “一般他者”を想定した愛着スタイル尺度の信頼性と妥当性の検討 九州大学心理学研究, 5, 19-27.

中尾達馬・加藤和生（2006）. 成人愛着スタイルは成人愛着行動パターンの違いを本当に反映しているか？ パーソナリティ研究, 14, 281-292.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton Univ. Press

高井紀子（2008）. 青年期における人間関係の悩み関する検討 大成学院大学紀要, 10, 85-95.

寺田香葉・岩淵千明（2008）. 親への愛着および愛着スタイルが自尊心に与える影響に関する研究 日本心理学会大会発表論文集, 72, 142.

徳山美知代・小川大翔・原田邦江（2018）. 対人苦手意識に影響を与える2つの要因——セルフ・モニタリングと自尊感情との関連—— 日本心理学会大会発表論文集, 82, 26.

山本真理子・松井 豊・山城由紀子（1982）. 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30, 64-68.